

Zajęcia i imprezy sportowe MOSiR

kategoria:

Dla dzieci

Dla seniorów

Sport

autor: Informacja prasowa MOSiR

20.01.2020 - 24.01.2020

W godzinach pracy placówki

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łodzi zaprasza na szereg nieodpłatnych zajęć cyklicznych oraz organizowanych i współorganizowanych przez nas imprez sportowych w okresie od 20 do 26 stycznia 2020 r.



Więcej informacji na www.mosir.lodz.pl lub pod numerem telefonu 536-777-610 , fot. CC0 license

Poniedziałek, 20.01.2020 r.

08:15-09:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

08:30-09:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

09:15-10:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

10:00-11:00 – ćwiczenia z gumami oporowymi (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

11:30-12:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

12:00-13:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

13:00-14:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

14:00-15:00 – ćwiczenia wzmacniające na siłowni (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

14:00-15:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

14:30-15:30 – ćwiczenia ogólnousprawniające (hala sportowa przy ul. Karpackiej 61)

17:00-18:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

18:30-19:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

18:30-19:50 – samoobrona dla kobiet (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

20:00-21:30 – Ving Tsun Kung Fu – grupa początkująca (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

Wtorek, 21.01.2020 r.

08:15-09:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

08:30-09:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

09:15-10:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

10:00-11:00 – tai chi – grupa początkująca (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

11:30-12:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

12:00-13:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

13:00-14:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

14:00-15:00 – ćwiczenia wzmacniające na siłowni (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

14:00-15:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

17:00-18:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

18:30-19:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

Środa, 22.01.2020 r.

08:15-09:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

08:30-09:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

09:15-10:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

10:00-11:00 – ćwiczenia rozciągająco-stabilizujące (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

10:00-11:30 – nordic walking (Park im. Piłsudskiego, zbiórka przed DPS przy ul. Krzemienieckiej)

11:30-12:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

12:00-13:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

12:00-13:30 – nordic walking (Park im. Mickiewicza, zbiórka na parkingu przy ul. Zgierskiej)

13:00-14:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

14:30-15:30 – ćwiczenia ogólnousprawniające (hala sportowa przy ul. Karpackiej 61)

14:00-15:00 – ćwiczenia wzmacniające na siłowni (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

14:00-15:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

14:30-16:00 – nordic walking (Park im. Poniatowskiego, zbiórka na parkingu przy ul. Inżynierskiej i Parkowej)

17:00-18:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

18:30-19:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

18:30-19:50 – samoobrona dla kobiet (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

20:00-21:30 – Ving Tsun Kung Fu – grupa początkująca (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

Czwartek 23.01.2020 r.

08:15-09:00 - gimnastyka w wodzie - zapisy pod nr tel. 536-777-610 - wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

08:30-09:30 - Ferie z MOSiR - zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

09:15-10:00 - gimnastyka w wodzie - zapisy pod nr tel. 536-777-610 - wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

10:00-11:00 - tai chi - grupa zaawansowana (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

10:00-11:00 - Ferie z MOSiR - zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

10:00-11:00 - Ferie z MOSiR - zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

10:00-11:00 - Ferie z MOSiR - zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

10:00-11:30 - nordic walking ("Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247, zbiórka przed restauracją "Dworek")

11:30-12:30 - Ferie z MOSiR - zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

12:00-13:00 - ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

12:00-13:00 - Ferie z MOSiR - zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

12:00-13:00 - Ferie z MOSiR - zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

12:30-14:00 - nordic walking (Park im. Mickiewicza, zbiórka na parkingu przy ul. Zgierskiej)

13:00-14:00 - Ferie z MOSiR - zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

14:00-15:00 - ćwiczenia wzmacniające na siłowni (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

14:00-15:00 - ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

16:30-18:00 - nordic walking (Park im. Piłsudskiego, zbiórka na rogu ul. Konstytucyjnej i al. Unii)

17:00-18:00 - Ferie z MOSiR - zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

17:00-20:00 - Akademia Młodych Orłów - zajęcia piłkarskie dla dzieci zakwalifikowanych do udziału podczas "Dni Talentu" (Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 4 przy ul. Stawowej 28)

18:30-19:30 - Ferie z MOSiR - zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (Orlik "Stawy Jana" przy ul. Rzgowskiej 247)

18:30-19:50 - Ving Tsun Kung Fu - grupa początkująca (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

20:00-21:30 - Ving Tsun Kung Fu - grupa zaawansowana (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

Piątek, 24.01.2020 r.

08:15-09:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

08:30-09:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

09:15-10:00 – gimnastyka w wodzie – zapisy pod nr tel. 536-777-610 – wymagany zakup biletu w cenie 8 zł (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

10:00-11:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

10:00-11:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

11:30-12:30 – Ferie z MOSiR – zajęcia z piłki nożnej dla dzieci ze szkół podstawowych (hala sportowa lub Orlik przy ul. Karpackiej 61)

12:00-13:00 – ćwiczenia ogólnousprawniające (Pływalnia "Wodny Raj" przy ul. Wiernej Rzeki 2)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. ks. Skorupki 21)

12:00-13:00 – Ferie z MOSiR – zajęcia sportowo-rekreacyjne dla grup zorganizowanych zapisy pod nr tel.: 536-777-610 (hala sportowa przy ul. Małachowskiego 7)

Więcej informacji na www.mosir.lodz.pl lub pod numerem telefonu 536-777-610

- TAGI:
- sport
- dzieci
- seniorzy